

آشناهای غریبه

استفاده از واژه خاله و عمو برای همه، نوعی اعتمادسازی برای کودک و به خطر افتادن امنیت اوست

چرا نباید به غریبه‌ها خاله و عمو گفت؟



اینکه ما آدم‌ها موجوداتی اجتماعی هستیم و زندگی‌مان برپایه همین ارتباطات شکل گرفته است. موضوعی نیست که بتوانیم یا نخواهیم نادیده‌اش بگیریم. ولی همه می‌دانیم که این ارتباطات لایه‌هایی هم دارد که برای آن‌ها مرزبندی‌هایی داریم تا از آسیب‌هایش در امان بمانیم. نکته و مفهومی که بچه‌ها نمی‌دانند و این ما هستیم که باید به آن‌ها آموزش بدهیم.

این تصویر به خوبی لایه‌های ارتباطی ما با آدم‌ها را نشان می‌دهد. اگر قرار باشد ما این لایه‌های ارتباطی و مرزبندی‌ها را برای بچه‌ها مشخص نکنیم، بچه‌ها برخلاف ما بزرگ‌ترها همه را در یک لایه دسته‌بندی و ارزش‌گذاری خواهند کرد.

در این صورت رفتار و توقع‌های مشابهی هم از همه‌آن‌ها خواهند داشت. برای نمونه همان شوخی‌هایی را که با دوستانشان انجام می‌دهند با بزرگ‌ترها هم خواهند کرد.

یا همان اعتمادی را که به پدر و مادر دارند، به غریبه‌ها هم خواهند داشت.

بنابراین وقتی می‌گوییم که نباید برای همه از واژه خاله یا عمو استفاده کرد، نکته‌اش همین جاست. با این کار لایه‌های ارتباطی به هم می‌ریزند و مرزبندی‌های ذهنی بچه‌ها از بین می‌رود. تا حالا با خودتان فکر کرده‌اید که چرا ما نمی‌توانیم راحت به نزدیکانمان نه بگوییم؟ دلیلش این است که نیازمند حمایت آن‌ها هستیم. بچه‌ها هم با اشتباه گرفتن این لایه‌های ارتباطی، توانایی نه‌گفتن به غریبه‌ها را از دست می‌دهند و احساس می‌کنند همه در لایه امن ارتباطی آن‌ها قرار دارند و این آغازی برای سوءاستفاده از آن‌ها می‌شود. به ویژه سوءاستفاده‌های جنسی که بیش از هر چیزی روح و روان بچه‌ها را می‌آزارد.



ما با شناخت لایه‌های ارتباطی و مرزبندی بین آن‌ها به بچه‌ها کمک می‌کنیم تا حساسیتشان را نسبت به خطرهای بالقوه بیشتر کنند. راحت‌ترین غریبه و آشنا تفاوت قائل شوند. توانایی نه‌گفتن و حفظ حریم شخصی‌شان را پیدا کنند.

شناخت لایه‌های ارتباطی: کی، کجا، چگونه؟



خیلی‌ها برای این آموزش‌ها زمان و مکان و سن قائل می‌شوند. در حالی که آموزش خودمراقبتی و شناخت این حریم‌ها به بچه‌ها باید از همان بدو تولدشان شروع شود. لابد می‌پرسید چگونه؟ اجازه بدهید مسئله را با چند مثال ساده بازکنیم. **مادری که وظیفه تعویض پوشک بچه را از همان بدو تولدش به کسی نمی‌سپارد و این کار را در مکانی خصوصی و خلوت انجام می‌دهد.** غیرمستقیم در حال آموزش این حریم‌ها و خودمراقبتی‌ها به کودک است. **حمام کردن کودک و ملاحظاتی که والدین در این زمان انجام می‌دهند.** مانند اینکه از دو نیم سالگی به بعد کودک فقط باید با والد هم جنس خود حمام برود یا اگر ولد غیرهم جنس مجبور به این کار است، از پوشش مناسب استفاده کند. **حساسیت‌هایی که والدین برای پوشش خود در خانه و در برابر دیدگان بچه‌ها دارند.** مانند اینکه با حضور هریک از بستگان و نسبت به درجه محرمیت او از پوشش متفاوت‌تری استفاده کنند یا اینکه هیچ‌گاه در برابر بچه هالخت نشوند؛ همه این‌ها آموزش‌های غیرمستقیم است که زمان و مکان و سن ندارند.

شاید به نظرتان خیلی سخت‌گیرانه بیاید ولی بررسی‌های حوزه روان‌شناسی نشان می‌دهد هرچه توجه والدین نسبت به پوشش و حریم‌های شخصی‌شان بیشتر باشد، حساسیت بچه‌ها نسبت به شناخت لایه‌های ارتباطی و مرزبندی آن‌ها، در نتیجه خودمراقبتی‌شان بیشتر خواهد شد. برای نمونه به والدین توصیه می‌شود در برابر فرزند غیرهم جنس خود از همان پوششی استفاده کنند که در برابر یک فامیل استفاده می‌کنند، یعنی باید همان ملاحظات را به‌کار ببرند و داشتن رابطه والد و فرزندی را ملاکی برای آزیبن بردن حریم هانند.



طرح: مجید صالحی، انور آرا

آزارهای جنسی مهم‌ترین آسیب‌های کودک



آزارهای جنسی مهم‌ترین آسیب‌هایی است که کودکان و نوجوانان را از نظر جسمی و روحی تهدید می‌کند. این موضوع دختر و پسر هم نمی‌شناسد؛ پس مراقب فرزندان‌تان باشید. آن‌ها را از خردسالی باید نشان‌آشنا کنید و به آن‌ها بیاموزید که بدنشان متعلق به خود آن‌هاست و کسی به جز پزشک معتمد آن‌ها هم در حضور شما، حق ندارد اعضای حساس بدنشان را لمس کند. هر کودکی باید بداند که هیچ‌کس حق ندارد او را به زور حتی بیوسد.

یادراغوش بگیرید. کودکان باید یاد بگیرند در برابر چنین افرادی قاطعانه «نه» بگویند و مقاومت کنند. همچنین حتما محیط را ترک و موضوع را با آسودگی خیال با شما در میان بگذارند. نکته مهم دیگری که باید در این باره به آن‌ها بیاموزید، رازدار نبودن است؛ یعنی او باید بداند که رازداری به معنای مخفی کردن چنین مسائلی نیست و اصولاً نباید بین او و افراد بزرگ‌تر از سنش، رازی به دور از چشم والدینش وجود داشته باشد. سعی کنید با مثال‌های ملموس، کودکان را در فضایی مشابه قرار دهید تا آن‌ها بتوانند در آن شرایط خود را بسنجند و تصمیم درست را با کمک و راهنمایی شما بگیرند؛ برای نمونه از کودکان بپرسید: «اگر با چنین شخصی در این شرایط برخورد کردی و او از تو چنین درخواستی داشت، تو چه می‌کنی؟» این موضوع درست مانند برگزاری یک مانور است که ما از پیش، خودمان را برای رویارویی با شرایط واقعی آماده می‌کنیم.



احتمال خودکشی در افرادی که در کودکی از آن‌ها سوءاستفاده جنسی شده، ۱۰ تا ۱۳ برابر بیشتر از دیگران است.



۶ تا ۳ سالگی سن هویت‌یابی جنسی و کنجکاوی‌های جنسی در کودکان است، ولی پس از آن غیرطبیعی و هشداردهنده است.



سن آموزش رسمی درباره اندام و حریم خصوصی به کودکان سه تا چهار سالگی است.



کودکان ۳ تا ۸ سال بیشتر قربانیان آزار جنسی هستند.



بیش از ۹۵ درصد سوءاستفاده‌کنندگان جنسی از کودکان، مرد و حتی متأهل هستند.



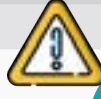
در ۸۵ درصد تجاوزهای جنسی، قربانی فرد سوءاستفاده‌کننده را می‌شناسد.

این آمارها براساس پژوهش‌های جهانی صورت گرفته و مورد استناد کارشناسان این حوزه است



چگونه به بچه‌ها آموزش خودمراقبتی بدهیم؟

آموزش اندام و حریم خصوصی را باید از سن کودکی شروع کنید. بهتر است این کار را والد هم جنس در حمام و با پوشش مناسب انجام بدهد، برای نمونه به او بگویید: «هیچ‌کس بدون اجازه خودت حق ندارد به این بخش‌ها از بدنت دست بزند یا نگاه کند.» یا «کسی بدون اجازه ات نباید تورا لمس یا بوس کند.» سعی کنید برای این کار خودتان هم از او اجازه بگیرید. همچنین افراد و نقاط امن را با مثال ملموس برای بچه‌ها مشخص کنید. برای نمونه «اگر در غیاب من و پدرت، برایت مشکلی پیش آمد، فقط با فلان شخص صحبت کن.» یا «در صورت نبودن مادر خانه یا بروز مشکلی برای ما، فقط به خانه‌فلانی برو.» استفاده از قصه، داستان و کتاب‌های آموزشی در این زمینه می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد. یادتان باشد، کودکی که به او تجاوز شده است، آسیب‌های روحی و روانی زیادی می‌بیند. پس با سکوت کردن و نادیده گرفتن آن اتفاق، موضوع را به دست فراموشی نسپارید. چون این دست‌انفاق‌های ناخوشایند هیچ‌گاه از ذهن بچه‌ها پاک نمی‌شود و عوارض آن تا پایان عمر با آن‌ها می‌ماند. بنابراین، در صورت وقوع چنین حوادثی: **رابطه‌تان را با کودکان بهتر از پیش کنید.** **از کودکان حمایت عاطفی بیشتری داشته باشید.** **کودک را تا حد ممکن از فرد متجاوز دور کنید.** **برای درمان روحی و روانی کودک حتماً از مشاور یا روان‌شناس کمک بگیرید.** **درباره فرد متجاوز حتماً به دیگر اعضای خانواده و بستگان پیش‌آگاهی بدهید تا این اتفاق دوباره برای کودکی رقم نخورد.**



نشانه‌های سوءاستفاده جنسی از کودکان

هرگونه تغییر رفتار یا خلقی ناگهانی و غیرطبیعی در بچه‌ها می‌تواند نشانه‌ای از سوءاستفاده جنسی در آن‌ها باشد و شما باید به موضوع حساس شوید. مانند:

- ایجاد زخم یا کبودی در گردن، لب یا هر قسمت دیگر از بدن
- خودآزاری و بی‌قراری
- بروز نیک‌عصبی
- ترس از تنها ماندن
- شب‌اداری و اختلال در خواب
- اضطراب و افسردگی
- چسبندگی زیاد به والدین
- رفتارهای پر خاشگروانه
- گوشه‌گیری